



Uued tuuled
Rapla Hooldekeskuses

Lk 6-7

Liikva Päikesekodu
pidas avamispidu

Lk 8-9

Käo Tugikeskuse
head uudised

Lk 12-14

Teistmoodi teatripäev

Lk 15

Kaanelugu Lk 2:

MEELELAHUTAJA

EDGAR



SISUKORD

1	▶▶	JUHTKIRI: Janek Muru
2-4	▶▶	MEIE INIMESED: EDGAR KUKUŠKIN
5	▶▶	TASUB TEADA: Puudega inimeste eluruumide kohandamine
6-7	▶▶	UUED TUULED: Rapla Hooldekeskus muudetakse moodsaks
8-9	▶▶	MEIE KODUD: Liikva Päikesekodu
10-11	▶▶	UUED TUULED: Viljandi Kutsehariduskeskuses lõpe- tas esimene psüühilise erivajadusega puhastusteenindaja abiliste lend
12-14	▶▶	UUED TUULED: Käo Tugikeskuse head uudised
15	▶▶	SÜNDMUS: Teistmoodi teatripäev
16	▶▶	VAIMUPUU FOTOKONKURSS: Ülevaade 2020. aasta fotokonkursist "Minu lemmik"
17	▶▶	TAGASISIDE: Vaimupuu koduleht
18-19	▶▶	MEIE REIS: Vaimupuu reis Lätimaale
20	▶▶	KÖÖGINURK: Suitsulõhe-salat kartuli ja munaga

TOIMETUS

JANEK MURU
peatoimetaja
janek@vaimupuu.ee

KERTTU RAKKE
tegevtoimetaja

TAIRE EHAVER
Kööginurga toimetaja

Toimetuse üldinfo:

Gsm: +(372) 5563 4449
toimetus@vaimupuu.ee
www.vaimupuu.ee

Makett ja kujundus:
Ragne Rikkonen-Tähnas
Küljendus: Janek Muru

Trükk: Prinditeenus OÜ
Aadress: Narva maantee
150, 13628 Tallinn

Paber: G-Print
(kaaned: G-Print 150g/m² ja
sisu G-Print 115g/m²)



SOTSIAALMINISTEERIUM



HEADUUT AASTAT!





2020. aasta oli Vaimupuu meeskonnale päris keeruline. Koroonaviiruse oht nullis ära kõik meie suurelt planeeritud üritused ja koolitused.

Mitte ainult kogunemise keelu pärast.

Kasiinode sulgemise tõttu kadus ära põhiline hasartmängumaksust laekuv tulu, millega

finantseeritakse sotsiaalprojekte, ja nii peatas Sotsiaalministeerium kõik projektitaotlusvoorud,

milles olime plaaninud osaleda. Seitsmest Vaimupuu meediakoolitusest toimus vaid üks ja seegi vähendatud mahus – EIT Tugiliisu klientidele augustis, mida rahastas Tallinna Sotsiaal- ja Tervishoiuamet.

Vaimupuu toimetus käis, muidugi ettevaatlikult, ka kodust kaugemal. Vaatasime, kuidas elavad meie sõbrad Riia organisatsioonist „Nāc līdzās!“ Saime taas kinnitust, et selleks, et millegagi hakkama saada, peab olema julgust proovida midagi uut, võtta üks hea idee ja sellega lõpuni minna.

Vaimupuu suurprojekt, iga-aastane fotokonkurss intellektipuudega inimestele, oli meie rõõmuks sama populaarne kui varem. Taas laekus üle 1000 foto, millest parimad valiti auhindadele, kalendrisse ja rändnäitusele. Teemaks oli „Minu lemmik“. Tavapärast pidulikku fotokonkursi lõpuüritust ei toimunud, ka rändnäituse peatuspaikade kohta ei ole midagi kindlat teada, aga kalendrid parimate töödega saab veel tellida. 2021. aasta fotokonkursi teema kuulutame välja jaanuaris oma uuenenud kodulehel ja Facebooki keskkonnas.

2020. aasta jääb Vaimupuu meeskonnale meelde ka kui „veebiaasta“. Juba mitu aastat plaanitud ja lõpuks rahastuse saanud veebileht, mis töötaks eriti peenel platvormil ja just meie soovide järgi, ei saanud ega saanud valmis. Nüüd, mitmes mõttes tugevamate ja targemadena, võime öelda, et kogemused on töö kvaliteedi aluseks! 3. detsembril, rahvusvahelisel puuetega inimeste päeval, saime lõpuks avalikustada oma uue, paremini ligipääsetava kodulehe www.vaimupuu.ee. Täname oma veebiarendajat Veebispetsid OÜ, kes reageeris kiiresti ja sai meie soovidest aru. Projekti rahastas EV Sotsiaalministeerium Riigi Tugiteenuste Keskuse kaudu.

Uus Vaimupuu koduleht on tavapärasest ligipääsetavam, võttes arvesse lugejate võimalikke puudeid, soove ja iseärasusi. Näiteks on võimalik muuta kirja suurust, tausta värvi ja kontrastsust, mis on olulised nii nägemispuude kui ka psüühikahäirega klientidele. Reklamid ja otselinkid rubriikidele on vaid esilehel, artikleid saab lugeda „müravabalt“.



Janek Muru Läti taeva all tiibu sirutamas.

Artiklid on lihtsas keeles või varustatud lihtsas keeles kokkuvõttega, järgitakse rahvusvahelise lihtsa keele nõudeid ning kasutatakse Inclusion Europe lihtsa keele logo.

Uuendusena saab meie kodulehte lugeda ka vene keeles. Eesti keeles saab artikleid kuulata – teksti loeb Eesti Keele Instituudi kõnesüntesaator.

Jagame oma kodulehel infot, mis võiks intellektipuudega inimestele ja nende lähedastele oluline olla, loome tekste ise ja jagame ka teiste omi. Vaata järele ja anna tagasisidet! Kõigi nende vahel, kes jagavad meie kodulehte Facebooki keskkonnas, loosime 15. jaanuaril välja kingituse Koduekstralt!

Koroonaaasta viimases Vaimupuu ajakirjanumbris on palju häid uudiseid. Täname kaanepoiss on Edgar, kes näeb silmaga nähtavat kehvasti, see-eest kuuleb hästi ja märkab oma krutskiga vaatenurgast palju.

Tore on näha, et sotsiaal-alal töötavad toredad ja hakkajad inimesed. Erivajadusega inimeste teatripäev, mis oleks pidanud toimuma kevadel Haapsalus, ei jäänud täielikult ära, nagu paljud teised. Etendused, mis olid selgeks õpitud teatripäevaks, filmiti üles ja pandi samale videole. Minu sügav kummardus Haapsalu Sotsiaalmaja Kastani Tugikeskuse töötajatele, kes tulid nii hea mõtte peale ega pidanud paljudeks erivajadustega inimeste pärast mööda Eestit ringi sõita! Koroonaviiruse hea külg ongi see, et see äratav meis nutikuse: kui kuidagi ei saa, siis – kuidagi ikka saab!

Käo Tugikeskus püüab olla oma valdkonnas suuna näitaja. Oma uuendustega, milles käesolevas numbris juttu, seda ta ka kindlasti on. Uued tuuled puhuvad ka Rapla Hooldekeskuses, kus peagi

valmib moodsalt renoveeritud keskkond, ning Viljandi Kutsehariduskeskuses, kus lõpetas esimene lend psüühilise erivajadusega puhastusteenindaja assistente.

Head lugemist!

Kohtumiseni www.vaimupuu.ee! ■



Edgar Kukuškin

ENNE ÕIGET AEGA

Edgar sündis enneaegsena, kuuendal raseduskuul. Sündides kaalus poiss vaid 900 grammi. Seejärel hoiti teda mitu kuud kuvöosis, kuni kaalus 2600 kilo. Siis anti Edgar üle isale – ema oli temast loobunud juba pärast sünnitust.

Enneaegsetel lastel on tihti probleeme nägemisega, kuna nende silmad pole sündides korralikult välja arenenud. Nii on ka Edgaril – üks tema silmadest näeb vaid 10%, teine aga üldse mitte.

Üksikvanemal pole lihtne, eriti siis, kui laps on erivajadusega. Isapoolsed sugulased, eriti tädi Angelina, on aidanud Edgaril suureks kasvada. Angelina sõnul on olnud palju abi kasvatajatest ja spetsialistidest, kes neid läbi aegade aidanud on.

Puudega lapse kasvatamine pole lihtne ning Edgari sugulased panid ta väikelastekodusse, kus ta oli vaid tööpäeviti. Nii sai isa tööl käia ning Edgar oli spetsialistide silma all. Nädalavahetused veetis Edgar koos perega.

Ka hiljem koolis käies elas Edgar internaadis. Ta on lõpetanud Tallinna Kadaka Põhikooli ja Lasnamäe Mehaanikakooli. „Autodest ei tea ma midagi,“ tunnistas Edgar. See-eest pakub talle palju põnevust kõik, mis seotud televiisorite ja arvutitega.

HINGELT KUNSTNIK

Pärast põhikooli lõpetamist võttis Edgar usinalt osa Pimedate Ühingu tegevustest – käis male- ja kaberingis, lauluklubis, joogas ja keraamikas. Õismäel ujumas käies ujumas käies hakkas talle ujumine nii meeldima, et ta on osalenud ka võistlustel. Kokku on Edgaril kolm medalit.

Male- ja kaberingis tal nii hästi ei lähe – viimastel kahevõistlustel oli ta viimane. Sellest väiksest tagasilöögist Edgar end heidutada ei lase. Ehk ka sellepärast, et Angelina seisukoht on kindel: tegeleda tuleb ükskõik millega, peaasi, et mitte kodus istudes manduda. Tema sõnul on Edgari suurim probleem, et ta on liiga heasüdamlik, muidu aga saab hakkama.

Pimedate Ühingu kohta on Angelinal vaid kiidusõnu:

„Sealsele Kristiinale tuleks ausammas püstitada!”

Keraamikaringis tegi Edgar palju tasse, taldrikuid ja seebialuseid. Enamik neist on ära kingitud. Ühe kuju-kese valmistas Edgar aga ainult iseendale: siin on kujutatud noormees ja neiu puhkamas.

TEHNIKA-HUVILINE MEELE-LAHUTAJA EDGAR

TEKST: Vaimupuu
FOTOD: Kristina Tamm

Edgar Kukuškin on 20-aastane Tallinna noormees, kes armastab kunsti, muusikat ja tehnikat. Praegu elab ta Kakumäel, Tugiliisu toetatud elamise teenusel ning õpib Astangu Kutser rehabilitatsiooni Keskuses. Nagu teised temavanused, armastab ka Edgar sõpradega aega veeta, sotsiaalmeedias suhelda ja oma tegemistest videoklippe teha. Teistest erinev on see, et oma silmadega näeb Edgar ainult natuke.



Hetk maastikuehituse lõpueksamilt.



Edgari meisterdatud kujuke noormehest ja neiust.

„See on mulle meenutuseks, et ma pean endale tüdruku leidma,“ selgitab Edgar.

HARJUTUSI ISESEISVAKS ELUKS

Edgar tahtis Astangu Kutserehabilitatsiooni tulla juba varem, ent ta ei osanud eesti keelt. Ainult kolme aastaga õppis Edgar eesti keele selgeks, nüüd ka loeb ja kirjutab eesti keeles.

„Kõike ma veel ei mõista,“ on Edgar oma eesti keele oskuse hindamisel tagasihoidlik.

Nüüd käib Edgar Astangu kohanemiskursusel. Seal valmistatakse teda ette iseseisvaks eluks, õpetatakse toimetulekut – kuidas koristada ja süüa teha ning kuidas kasutada kodumasinaid.

Koristamine Edgarile ei meeldi, aga mitte laiskuse või lohakuse pärast.

„Ma ju ei näe,“ põhjendab Edgar.

Sellepärast peavad teised alati üle vaatama, kas kõik on tehtud.

„Teised ütlesid: Edgar, sa veel ei teinud lõpuni. Mina ütlesin: ma ju ei näinud. Siis nad ütlesid: ei ole hullu, see Astangu ongi selleks, et sind õpetada,“ jutustab Edgar.

Samal põhjusel – et ta ei näe – ei meeldi Edgarile ka söögitegemine. Siin võib valesti lõigata ja haiget saada.

KUIDAS NÄHA, KUI EI NÄE?

Edgari prillid on väga erilised. Selliseid klaase tehakse vaid Saksamaal ning need maksavad mitu korda rohkem kui tavalised prilliklaasid.

Kehvast nägemisest hoolimata on Edgar väga uudishimulik. Suurema osa infost saabki ta internetist. Nägemispuude tõttu on tema kodusel arvutil ekraaniseaded teistsugused, et oleks lihtsam lugeda – näiteks on juba automaatselt seadistatud suured tähed. Telefonis, mille kaudu Edgar palju suhtleb, on luup.

Edgar oli valmis testima ka uut Vaimupuu kodulehte ning meie rõõmuks kiitis ta heaks kõik võimalused, mida oma leheküljel nägemispuudega inimestele pakkuda soovisime.



Edgarile on suureks toeks tema tädi Angelina. Koos veedetakse aega ja tehakse plaane tulevikuks.



Hea tuju võidab kõik raskused!

TUGILIISU TOETAB ELAMIST

Tugiliisusse jõudis Edgar peaaegu juhuslikult. Mustamäe Haigla Rehabilitatsioonikeskusest soovitati Edgarile kogukonnas elamise teenust. Tädi polnud sellisest võimalusest varem kuulnudki. Edgar tuli koos perega Kakumäele elamisvõimalusi vaatama ning koos otsustati, et esialgu jääb Edgar vaid üheks kuuks.

„Ei mingit survet,“ räägib tädi Angelina.

Nüüd läheb Edgaril Tugiliisus juba kolmas aasta.

„Siin elada meeldib mulle küll, aga mõned inimesed ei meeldi, kes on närvilised,“ räägib Edgar kogukondliku elu pahupoolest teiste inimestega.

Probleemide lahendamisel on Edgaril palju abi olnud oma tegevusjuhendajatest Silvist ja Kristast.

Augustis toimus Vaimupuu meediakoolitus Tugiliisu klientidele, millest võttis osa ka Edgar. Talle pakkus huvi televisiooni ja raadio ajalugu, samuti kõik internetti puudutav.

Koolituse praktilises osas pidi Edgar intervjuerima oma sõpra Jaani. Intervjuust sündis lõbus etteaste, mis naerutas kõiki koolitusel osalejaid.

TEHNIKAHUVI JA MEELELAHUTUS

Meelelahutusega tegeleb Edgar ka vabal ajal. Tal on Youtube'i keskkonnas kaks kanalit. Ühes on muusika- ja kontserdivideod, teisel kanalil teeb ta koos sõpradega ülevaateid olulistest sündmustest telemeedias. Poistel on alati mõni krutskiga vaatenurk. Näiteks, kui eetrist kadus ära kellareklaam, mis neile meeldis, leidsid nad lõbusa põhjuse: tegemist oli tehnilise rikkega!

Tehnilist taipu Edgaril jätkub. Ta on kindel, et saaks hakkama tehniku tööga, paigaldades kodudesse digibokse. Tehniline töö on Edgarile lihtsam kui koristamine. Tulevikus loodab ta õppima minna midagi IT-alast.

Edgarit huvitab ka DJ amet. Ta on saanud DJ süsteeme ise proovida, lausa kahel korral on ta väikeses ringis ise DJ-na üles astunud.

„Ükskord proovisin, nii räige bass oli,“ kiidab Edgar. „Siis mulle öeldi: Edgar, sa oled parem DJ kui teised! Sa oskad pikka bassi panna kordama!“

DJ ametit nägemispuue ei sega.

„Kuulmine on mul hea, sellepärast tean ma neid bassi-süsteeme,“ räägib Edgar.

Vaimupuu lugejatele soovib Edgar palju rõõmu. Vaimupuu tegijatele aga paneb südamele, et tulevikus oleks rohkem infot ka vene keeles. Lubame seda heameelega.

KOKKUVÕTE



Edgar on 20-aastane.
Ta armastab kunsti, muusikat ja tehnikat.
Edgar näeb halvasti,
aga see teda ei sega.

PUUDEGA INIMESTE ELURUUMIDE KOHANDAMIST TOETATAKSE KA EDASPIDI

TEKST: Riigi Tugiteenuste Keskus

Riigi Tugiteenuste Keskus ja Sotsiaalministeerium avasid 7. detsembril kohalikele omavalitsustele uue taotlusvooru puudega inimeste eluruumide füüsiliseks kohandamiseks.

Toetuse abil saavad omavalitsused pakkuda tuge liikuvusega seotud toimingute parandamiseks, sealhulgas eluruumi sissepääsu, hoone välisukse ja eluruumi vahelise käigutee, aga ka hügieeni- ja köögitoimingute parandamiseks.

Taotlusvoor on avatud kuni 31. augustini 2021 või vabade vahendite ammendumiseni.

Kolme aasta jooksul on toetatud enam kui 2 200 puudega inimese eluruumi kohandamist alates pesemis- ja tualettruumide kordategemisest kuni hoonesse sisse- ja väljapääsemiseks platvormtõstuki või lifti paigaldamiseni.

„Eluruumide kohandamine võimaldab parandada puudega inimeste iseseisvat toimetulekut, vähendab lähedaste hoolduskoormust ja loob ebasobiva elukeskkonna tõttu tööturult eemal olijatele eeldused aktiivsemalt ühiskonnaelus ja tööturul osalemiseks,“ ütles sotsiaalminister Tanel Kiik. „Oluline on, et puudega inimestel oleksid võrdväärsed võimalused omandada haridust, elada iseseisvalt, käia tööl ja tegeleda huvialadega ning saada selleks vajalikku tuge, olenemata elukohast.“

Ministri sõnul saavad kohalikud omavalitsused selleks vajalikku tuge pakkuda. „Julgustan inimesi kohalikust omavalitsusest eluruumide kohandamiseks abi küsima. Ligipääsetavuse parandamine on meie kõigi ühine vastutus ja väljakutse.“

Iga inimene saab kodukohanduse toetuse kohta uurida oma elukohajärgselt kohalikult omavalitsuselt, kes korraldab oma inimeste jaoks eraldi taotluste korje. Elanike taotluste alusel koostab omavalitsus taotluse toetuse saamiseks ja esitab selle riigile otsuse tegemiseks. Pärast otsust kohandatakse kodud omavalitsuse toel ja riik kompenseerib kohaliku omavalitsuse kulud 85% ulatuses Euroopa Regionaalarengu Fondist.

Riigi Tugiteenuste Keskuse teenusekoordinaatori Natalja Tšikova sõnul tähendab kohandamine eluruumi ümberehitamist vastavalt inimese spetsiifilisele erivajadustele. „Kohandamise käigus võib rajada näiteks erivajaduse tõttu ohutust tagava piirde, aiavärava automaatika või tuua köögi tööpinnad ja tehnika madalamale tasapinnale. Taotluse oma kodu kohandamiseks võivad kohalikule omavalitsusele esitada kõik puudega inimesed, sõltumata puude liigist,“ rääkis Tšikova toetusmeetme pakutavatest võimalustest. „Seni on enim toetatud tualettruumi kohandamist, kaldtee rajamist, platvormtõstuki paigaldust ning välis- või siseukse kohandamist,“ lisas ta.

Kolme varasema taotlusvooru jooksul on toetust küsitnud enam kui 2 200 puudega inimese eluruumi kohandamiseks. Aastatel 2018 ja 2019 toetati eluruumide kohandamist ligi 7 miljoni euroga. Viimane taotlusvoor lõppes selle aasta 30. septembril ning taotlusi esitati 1,8 miljoni euro ulatuses. Täna avatud taotlusvooru eelarve maht on 279 254 eurot. Loe taotlemise kohta RTK kodulehelt.

KOKKUVÕTE



Puudega inimesel on kergem hakkama saada, kui tema kodu on kohandatud tema erivajaduse järgi.

Kodu kohandamiseks tuleb kirjutada avaldus kohalikule omavalitsusele.



Anne-Ly Pedaja

UUED TUULED RAPLA HOOLDEKESKUSES

TEKST: Anne-Ly Pedaja, Rapla Hooldekeskuse juhataja
FOTO: Rapla Hooldekeskus

Kohalik omavalitsus koostöös Rapla Hooldekeskusega esitas projekti taotluse „Kohaliku omavalitsuse hoolekandeesutuste hoonetes energiatõhususe ja taastuvenergia kasutuse edendamise toetus” Rahandusministeeriumile ning „Kohandatud teenuskohad dementsusdiagnoosiga eakale” Sotsiaalministeeriumile. Antud meetmed said rahastuse osaliseks ning esimesed samud uuenduste osas on juba tehtud.

Tänu teenuskoha projekti rahastusele ümbritseb täna hooldekeskust aadressil Kuusiku 5 kaunis õueala.

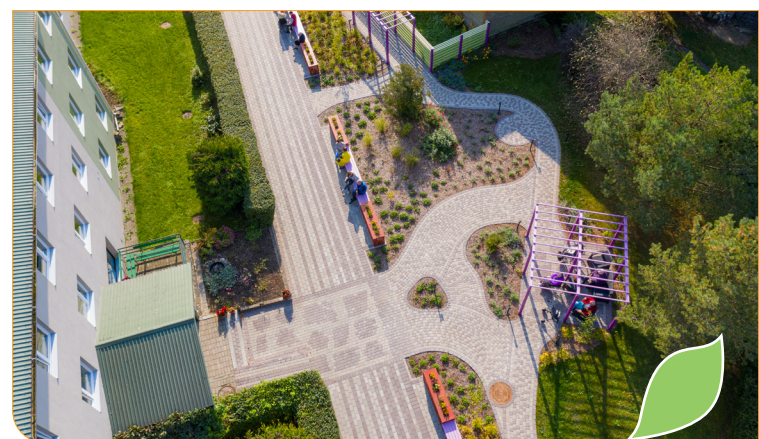
Kõik teenusel olevad kliendid saavad aastaringselt nautida turvalises keskkonnas värsket õhku ja meeleolukaid tegevusi, nagu lindude toitmine, taimede kastmine, tuulekellade helide ja värvide märkamine. Lisaks hakkavad siin toimuma kontserdid ja õuepidustused koos sportmängudega (boccia, pallimängud, kepikõnd), toredad jalutuskäigud kogu õue ulatuses ning puhkamisvõimalused värvirikastes lehtlates.

Lähima aasta jooksul läbib hooldekeskuse kolmekorruselise maja suured muutused. Seda rekonstrueeritakse ja laiendatakse, muudetakse ruumide paigutust. Valmivad uued laoruumid ja puhkeruumid klientidele, riietusruum koos puhkeruumiga töötajatele ja saun korraliku leiliruumiga kõigile. Põhjalikult renoveeritakse köök ja söögisaal.

Projekti eesmärk on muuta maja energiasäästlikumaks, teha klientide elu mõnusamaks ja luua töötajatele kaasaegsem töökeskkond.



Juba sel suvel ehtis hooldekeskust kena õueala.



VAHTRA TUGIKESKUS AJUTISTES RUUMIDES

Projekti ellu viimiseks on tarvis ajutiselt erinevad teenused koos klientidega paigutada asenduspindadele. Tugikeskus Vahtra kolis ajutiselt aadressile Keskkooli 1/1. Ruumid on värselt remonditud, vastavad teenusele seatud nõuetele ja vajadustele.

Kasutusel on köök, puhkeala, eraldi puhkeruum, tegevusruum ning kabinet tegevusjuhendajatele. Muutused on olnud suured nii klientide kui töötajate jaoks, oluline on ümberkorralduste põhjuseid pidevalt selgitada.

Tänaseks on „vahtrakad“ end uude elamisse mugavalt sisse seadnud ning loonud rõõmsa koduse koosolemise. Hetkel käivad suured ettevalmistused Rapla linna jõululaadaks, meisterdatakse kauneid jõulupärgi ning kuuseheiteid.

Ööpäevaringne üldhooldusteenus kolitakse teenuspinale Lasteaia 12. Sotsiaalkorterid ning toetatud elamise teenus koos turvakodu teenusega jäävad endisele aadressile.

Tööd peaksid lõppema 2021. aasta augustis ning siis peaks olema parema ruumilahendusega hoone täielikult avatud. Tugikeskus Vahtra saab toredad tegevusruumid koos eraldi sissepääsuga maja lõunapoolsesse ossa, ööpäevaringsele teenusele saab senise 50 kliendi asemel 55.

Kaunist jõuluaega kõigile!



Rapla Hooldekeskuse elanik Tõnu.



Selline hakkab Rapla Hooldekeskuse hoov välja nägema tulevikus.

KOKKUVÕTE



Rapla Hooldekeskuses käib remont.

Tuleval sügisel on palju uut ja paremat nii klientidele kui töötajatele.

Vahtrakad on praegu ajutistes ruumides.



Avatud uste päev, esiplaanil Anu Hall.

6. detsembril 2020 tähistas Liikva Päikesekodu peremajade valmimist. Avamispidu peeti virtuaalselt ja see on järele vaadatav Youtube'i kanalil: "Liikva Päikesekodu avamine"

LIIKVA PÄIKESEKODU – KODU AUTISMISPEKTRIHÄIRE JA INTELEKTIPUUDEGA INIMESTELE

TEKST: Anu Hall, Liikva Päikesekodu teenuste juht
FOTOD: Liikva Päikesekodu

Päikesekodu rajamise idee algataja on autismispektrihäirega lapse isa Janno Kell, kes ei leidnud Eestis ühtegi oma lapsele sobivat teenuskohta ning otsustas selle siis ise rajada.

Liikva Päikesekodu hakkab 2021. aastal pakkuma igapäevaelu toetamise teenust päeva- ja nädalahoiuteenusena 40-le noorele inimesele vanuses 18-25 eluaastat. Teenusele suunab Sotsiaalkindlustusamet intellektipuude, autismispektrihäire ja Downi sündroomiga inimesi. Teenuse eest tasub Sotsiaalkindlustusamet 23 ööpäeva eest kuus. Seepärast oleme teenuse korraldanud selliselt, et meile teenusele tuleva inimese perel

on võimalik jätkata tööl käimist. 10 kohta on planeeritud päevahoiuteenusele, kus inimene tuleb teenusele hommikul ja läheb õhtul oma koju tagasi. Nädalahoiuteenust osutame peremajades, igaühes elab 10 inimest ja igal inimesel on oma tuba. Kokku on nädalahoiuteenusel 30 kohta, kus inimene saab teenusele tulla pühapäeva õhtul või esmaspäeva hommikul ja tagasi koju minna reedel. Loomulikult on võimalus teenust kasutada paindlikult ka mõne tunni või päeva kaupa ning nädalavahetustel.

Kogu Liikva Päikesekodu elu arvestab normaalset elurütmi, teenusele tulevate inimeste ja perede soove, vajadusi ning eripärasid. Selleks oleme loonud oma territooriumile palju erinevaid tegevusvõimalusi ja -keskkondi. Meie viljapuuaeda on istutatud peaaegu 400 puud: suve-, sügis-, talve- ja paradiisiõunad, kirsid, ploomid, pirnid. Viljapuude vahel lookleb spiraalselt jalutusrada, mida otsast lõpuni läbides on käidud 2 kilomeetrit. Aia keskel asub kellatorn, mille kella hakkame igal täistunnil helistama ja praktiseerime vaikuse minuteid ehk tuleme oma mõtetega mõneks minutiks just sellesse hetkesse ja tegevusse, mis on pooleli, mõtleme korra, kes ja kus me oleme ning mida teeme. Seda võib nimetada ka teadvel olekuks (ka ärksameelsuseks – inglise keeles "mindfulness").

Meie väikeses metsatukas asub kiikumis-grillimaja, mis pakub soojal suvepäeval jahutust ja jahedama ilmaga mõnusat lõkke tegemise võimalust. Igal ajal saab seal mõnusasti kiikuda. Samasugused kiiged on ka iga maja terrassil. Looduskaunis, rahulik ja vaikne on sõnad, millega meie külalised iseloomustavad meie asukohta ja ümbrust. Oleme omalt poolt looduse mitmekesisemaks muutmisele kaasa aidanud kalatiigi ja väikese oja loomisega. Need pakuvad meie elanikele võimalust vaadata voolavat vett ja ujuvaid kalu ning neile süüa pakkuda või suvisel ajal ise koos kaladega ujuda. Päikesekodusse tulevad elama veel kanad, vutid ja tuvid ning kitsed. Plaanis on rajada suur kasvuhoone, kus saame igal aastaajal näpud mulda pista. Tegevusvõimalustena on veel savitöö ja käsitöö-tuba, saun ja suur saal, kus saame ühiselt üritusi korraldada, muusikat kuulata ja ise muusikat teha, laulda ning tantsida.

Päevaplaani koostasime selliselt, et hommikupoolikul on 3 tundi ja pärastlõunal 2 tundi töölaadseid tegevusi. Igasse päeva mahub ühistegevusi ja omaette olemise aega.

Kogu päeva jooksul on igas majas tööl tegevusjuhendajad, kes juhendavad, õpetavad, julgustavad, innustavad ja teevad kõike koos elanikega.

Uhke ja uue teenusekoha loomiseks saime Euroopa Liidult toetuse, mis võimaldab kõik 40 teenuskohta luua peredele ja inimestele, kes seda väga tahavad ja vajavad. Seepärast saame esimese nimekirja meile teenusele tulevatest inimestest ise esitada ja meie nimekirjas on veel mõned vabad kohad. Meiega võib julgesti ühendust võtta, et saada lisainformatsiooni. Vaata ka www.liikva-paikesekodu.ee

Loodame, et Eestis tuleb veelgi juurde selliseid lapsevanemate algatusi, kus kõik on hästi läbi mõeldud ning vastab pere ja noore inimese soovidele ning vajadustele. ■



Liikva Päikesekodu plaan ült.



Kiikumis-grillimaja asub väikeses männimetsatukas majade lähedal.



Liikva Päikesekodu peremaja.



Meie kellatorni kell, mis rändas kohale Nepaalist, Katmandust.

KOKKUVÕTE



Liikva Päikesekodu on mõeldud noortele, kellel on autism või Downi sündroom ja intellekti-puue.

Liikva Päikesekodus saab elada pikemat või lühemat aega.

Siin on ilus loodus ja uhke aed, kus saab tööd teha ja puhata.



Viljandi koolilõpetajad.

ESIMESED PSÜÜHILISE ERIVAJADUSEGA PUHASTUSTEENINDAJA ABILISED SAID KUTSETUNNISTUSE

2018. aastal alustasid esimesed psüühilise erivajadusega inimesed Viljandi Kutsehariduskeskuses oma kooliteed.

Novembris saatis kool teele esimesed kutsetunnistusega puhastusteenindaja abilised.

TEKST: Viljandi Männimäe Kodu tegevusjuhendajad
FOTOD: erakogu

Õppurite kaheaastast teekonda jagavad Viljandi Männimäe Kodu tegevusjuhendajad.

MALLE VAHEOJA: ALGUS OLI KEERULINE

Meie töötajate kahe aasta tagusest mõttest, et meie kliendid võiksid omandada kutseharidust, haaras kinni Viljandi Kutsehariduskeskuse juhtkond. Seal oli ennegi õpetatud põhihariduseta inimesi ning kool oli valmis pakkuma võimalust meilegi. Kuna mõned meie elanikud töötasid

puhastusteenindajatena ning osad lootsid sel alal veel tööd saada, moodustati puhastusteenindaja abi õppegrupp. Meiega liitusid ka mõned Singel Kodu elanikud.

Ega algus kerge olnud – hommikul vaja õigel ajal liinibussile jõuda, koolis õige õpperuum leida, tunnis korda järgida. Kõige rohkem vajaski ehk harjumist see viimane. Ei tohtinud õpetaja ja kaasõpilaste jutule vahele segada ja nutitelefoniga näppida. Tunni ajal võib klassist lahkuda vaid tõsise põhjusega ja õpetaja loal. Õnneks olid õpetajad väga toredad ning kohanesid ruttu meie mõningate eripäradega. Tundides olid nii õpetajatele kui õpilastele toeks ka tegevusjuhendajad.

MITMED UUED OSKUSED

Kuigi eriala oli puhastusteenindus, õppisime teisigi vajalikke oskusi. Kõige enam meeldisid kokanduse ja pagaritöö tunnid. Neis sai lihvida juba olemasolevaid oskusi ning omandada uusi. Tore oli see, et omavalmistatud hõrgutised saime koos ära süüa kenasti kaetud laua taga. Ka lauakatmise oskuste lihvimine kuulus meie õppekavasse.

Ja muidugi arvutitunnid. Pole oluline, et kõiki tähti ei tunne ja sõnu kokku ei loe, internetimaailma saab sellest olenemata sukelduda. Pikapeale muretses enamus meie kliente arvuti ning nüüd loetakse-vaadatakse kodus uudiseid, kuulatakse muusikat ning suheldakse sõpradega. Viimasel kevadel sai piduriks koroon, mis katkestas mõneks ajaks ka meie kooliskäimise. Seda intensiivsemalt jätkasime sügisel.

Kuna oli vaja sooritada eksam puhastusteeninduses, voltisime-niisutasime kaks päeva nädalas lappe ning harjutasime erinevate kohtade koristamist. Kiiresti harjusime ka puhastusteeninduse uute õpetajatega. Seoses elukoha vahetustega ning muudel põhjustel oli



Tarmo Loodus annab tunnistuse Mirje Mägil.

aja jooksul grupi koosseisus ka muutusi. Kõik lõpuni koolis käinud kümme Männimäe Kodu elanikku sooritasid aga edukalt koolieksami. Mirje, Alar, Jaanus ja Peep meie üksusest ning Mait Singel Kodust tegid ka puhastusteenindaja abi 2. taseme kutseeksami.

ANNE KUUSK: SOOV ÕPPIDA ON SUUR

Õpingud on jõudnud sedapuhku esimese suurema lõputunnistuseni, kus õpitud teadmised on aluseks edasistele teadmistele ja toimetulekule. Õppimine kujunes tõsiseks ja aeganõudvaks tööks, aga ennekõike on see igati väärt ja hindamatu kogemus. Oleme saanud palju targemaks, enesekindlamaks ja veetnud koos toredaid hetki nii õpetajate kui kaaslaste seltsis. Tunneme end koolipere seas ühtse suure perena.

Loodame taas peagi kohtuda, sest tahe õppida on suur. Kuigi õpingute üks etapp on lõpetatud, on neid, kes jätkavad õpinguid kõõgiabilise valdkonnas juba sel kuul. Teised õppurid liituvad õpingutega sügisel, mil pakutakse valdkondades suuremat valikut, näiteks on erilisel huvitavaks väljakutseks puutöö.

Iga lõpp ongi millegi uue algus, elu on ilus! Rõõmustame ja täname, kes on meid saavutusteni aidanud!

TIINA JAMS: ELAME, KUNI ÕPIME!

Elame, kuni õpime! – Selle mõtte järgi tuleks ka edaspidi oma elu sättida.

2018. aasta sügisel kooliteed alustades tundus puhastusteenindaja abilise kutse omandamine ainuõige valik, arvestades seda, et mõned meie kliendid töötasid puhastusteenindaja või välikoristajana. Täna leian, et töövõtteid ja oskusi tuleks omandada erinevates valdkondades. Tööturg meie ümber on väga muutuv, mis tingib vajaduse näiteks kõõgiabiliste järgi.

Loodame jätkata koostööd Viljandi Kutseõppekeskusega 2021. aasta sügisel. Õpetajad on saanud hindamatu kogemuse erivajadusega inimeste õpetamisel ja ootavad meid kooli tagasi. Lõpuaktusele järgnenud vestluses avaldas kooli direktor Tarmo Loodus lootust, et meie kooliskäimise edulugu jõuab ka teisteni. Eesmärk on julgustada Eesti kutsekooli tegelema erivajadusega inimestega, motiveerida looma üle Eesti uusi õppekohti ning innustama ka inimesi rohkem õppima ja oma elu sel moel väärtustama. Isegi kui kooli lõpetamisele kohe ei järgne töökoht avalikul tööturul, annab parem toimetulek klientidele elus suurema kindluse.

HINNATUD TÖÖTAJAD

Männimäe kliendi Mirje arvates oli koolis väga huvitav ja see pakkus igapäevaelule suurt vaheldust. Mirjele meeldis lisaks puhastusteeninduse õppimisele käia ka inimeseõpetuse ja arvutiõppe tundides. Täna töötab Mirje Viljandis tuntud puhastus- ja koristusteenust pakkuvas ettevõttes ning on hinnatud töötaja.

Mirje sõnul oli mõnel koolipäeval ka väga raske, sest ärgata tuli varahommikul ja enne koolibussile minekut teha veel oma tööülesanded Viljandi Jakobsoni koolis. Kõik meie välikoristajad täitsid enne koolibussile minekut oma tööülesanded ehk siis käisid töö. Talviti oli mõnel päeval väga keeruline, sest enne bussile jõudmist tuli lumi lükata ja teed liivatada. Kõige raskemaks pidas Mirje siiski tordikaunistuste tegemist ja soovib selle kindlasti selgeks õppida. ■



Tunnistuse saab Peep Kask.

KOKKUVÕTE



Viljandi puudega noored
käisid 2 aastat koolis,
kus õppisid
koristamist ja söögi-tegemist.

Tunnistus aitab neil edaspidi
paremini tööle saada.



PERESÕBRALIK TÖÖANDJA Hõbetase



Euroopa Liit
Euroopa Sotsiaalfond



Eesti
tuleviku heaks

PERESÕBRALIKU TÖÖANDJA MÄRGIS

Häid uudiseid on praegusel ajal väga vaja.
Meil on rõõm teatada, et Käo Tugikeskusel on
häid uudiseid lausa mitu!

TEKST: Käo Tugikeskus
FOTOD: Käo Tugikeskus

Peresõbraliku tööandja märgise programm on Sotsiaalministeeriumi projekt, millega innustatakse väärtustama töötajaid ja nende perekondi. Märgised antakse organisatsioonidele, kus peetakse oluliseks töö ja pereelu tasakaalu ning panustatakse peresõbralikku töökultuuri.

Tänavu kandideeris märgisele 53 organisatsiooni, osalema valiti 31. Üks auhinnasaajaid oli Käo Tugikeskus. Meie meeskonda hinnati lausa Hõbetaseme vääriks!

Pidulik tunnustusüritus toimus 25. novembril virtuaalselt videosilla teel, kus kuulutati välja 2020. aasta peresõbraliku tööandja programmi märgise saajad. Tunnustused andsid virtuaalselt üle sotsiaalminister Tanel Kiik ja rahvastikuminister Riina Solman.

Käo Tugikeskuse meeskonnal on põhjust olla uhked ja rõõmsad! Mõistame, et töö- ja peresõbralike väärtuste kursil edasi liikumine toimub vaid üheskoos. ■



2020. aasta Peresõbraliku tööandja märgise laureaadiid.

KOKKUVÕTE



Käo Päeva-keskus on pere-sõbralik töö-andja.
See tähendab, et seal arvestatakse
töötaja soovide ja pere-eluga.



PAARIS- JALGRATTAD TÄISKASVANUD KLIENTIDELE

Käo Tugikeskuse Pae ja Maleva keskustesse saabused meie täiskasvanud noortele kaks ägedat paarisjalgratast!

TEKST: Käo Tugikeskus
FOTO: Käo Tugikeskus

Paarisjalgrattad loovad tugikeskuse noortele õues liikumiseks mitmekülgseid ja atraktiivseid võimalusi. Turvaliselt koos töötajaga saab teha sõite ka tugikeskusest väljaspool. Mööda kauneid Kopli poolsaare või Lasnamäe Pae pargi piirkondi läbi sõita on kahekesi koos vahvam – jagatud rõõm on ju kahekordne rõõm!

Paarisjalgratastele on paigaldatud kauakestev aku, mis vajadusel võimaldab mootori jõul edasi liikumist. Samas on olemas kõik võimalused klassikaliseks jalgratta-sõiduks, kus edasi liigutakse vaid pedaalide jõul. Taas on tugikeskuse noortel üks uus võimalus oma tegevusi mitmekesistada. Rattasõit on ajavõit!

Paarisjalgrataste hankimiseks sai Käo Tugikeskus toetust Tallinna Sotsiaal- ja Tervishoiuameti kaudu Sotsiaalministeeriumi sihtotstarbelisest meetmest erihooletandeteenuse osutamiseks. ■



Uued paarisjalgrattad on igati mugavad: sadula asemel on pehme iste, vajalikud asjad saab panna mahukasse korvi.

KOKKUVÕTE

Käo Tugikeskuse kliendid saavad nüüd sõita paaris-jalgrattaga.

Paaris-jalgratas on hea neile, kes üksinda sõita ei saa.





Lastekeskuses uue lifti valmimist tähistati ühe mõnusa tordiga. Tort oli muidugi kaunistatud uue lifti pildiga!

LASTEKESKUSE UUS LIFT JA SIINIDEGA TÕSTUKID

TEKST: Käo Tugikeskus
FOTOD: Käo Tugikeskus

Käo Tugikeskuse lastekeskuse maja on olnud erivajadustega laste jaoks igapäevases aktiivses kasutuses alates 1996. aastast. Üheks tugikeskuse prioriteediks on kaasaegsete ja ligipääsetavate tingimuste loomine kõigile, kes majas tegutsevad. Enamus lastekeskuse lapsi kasutavad liikumiseks erinevaid abivahendeid: ratastooli, käimisraami või liikumiseks füüsilist tuge ning juhendamist. Lifti kasutatakse väga tihti, kuna terve maja on õppetegevuse, päevahoiu või rehabilitatsiooniteenuste läbiviimiseks aktiivses kasutuses. Nüüd on põhjust rõõmustada, kuna lastekeskuse maja sai endale uhiuue kaasaegse lifti. Uus liftisüsteem on sujuvam ja annab ka häälega teada, mis korrusele on jõutud.

Lifti paigaldamist toetas rahaliselt Tallinna Sotsiaal- ja Tervishoiuamet eesmärgiga parendada erivajadustega lastele teenuse osutamise tingimusi.

Lifti paigaldas Elif AS meeskond, kes tegutses korrektselt ja kiirelt. Kasutame võimalust ja täname ka meie lastekeskuse ja kooli peret kannatlikkuse ja paindlikkuse eest niigi keerulisel ajal!

LAESIINIDEGA TÕSTUKID

Käo Tugikeskuses on soov olla Eestis oma valdkonnas eeskujuks ja suunanäitajaks, pakkudes piiratud liikumisvõimega teenusekasutajatele turvalist ja inimväärikust arvestavat keskkonda liikumisel, hooldustegevustel ja iseseisva aktiivsuse toetamisel. Laesiinidega tõstukid annavad tugikeskuse töötajatele võimaluse tagada ohutut, ergonomilist ja kaasaegset tegevuskeskkonda. Tõstukid on kasutatavad majutus-, tegevus- ja pesuruumides ning need on vajalikud teenusekasutajate ohutuks siirdumiseks tooli/ratastooli, voodisse, tualetti ja mujale.

Tugikeskus on paigaldanud laesiinidega tõstukid lastekeskuse kolme ruumi, Pae keskuse kolme ruumi ning Maleva keskuse 8 ruumi. ■



Uued laesiinidel liikuvad tõstukid on abiks näiteks WC-s.

KOKKUVÕTE

Käo Lastekeskus sai uue lifti. Uued tõstukid on kõigile abiks, sest need liiguvad laes siinidel.



HOOPIS TEISTMOODI TEATRIPÄEV

TEKST JA FOTOD: Kättriin-Eliis Haamer,
Haapsalu Sotsiaalmaja Kastani tugikeskuse
vanemtegevusjuhendaja

2020. aasta on olnud mitmes mõttes eriline aasta. Palju on olnud vaja kohaneda ning teha asju teisiti. Nii juhtus ka 13. vabariikliku erivajadustega inimeste teatripäevaga.

Veel möödunud sügisel olid meil vahvad mõtted, kuidas üritust Haapsalu Kultuurimajas läbi viia ja Eesti kaugematest paikadest tulijaile meie kaunist kuurortlinna tutvustada.

Tänavune aasta andis meile aga hoopis teistsugused valikud – rahvarohkeid üritusi ei tohtinudki korraldada. Nii oli ära jäämas ka erivajadustega inimeste teatripäev, kuigi kavad juba selgeks õpitud. Juba oli sügis, kui meil sähvatas päästev idee: võtta kõik etendused videosse!

Panime kokku vahva tiimi, kellega koos sõitsime mööda Eestimaad, külla neile, kes meile külla tulla ei saanud, ent kel võimalik meid võõrustada. Nii venis teatripäev lausa teatrikuuks! Meie uudse ideega tulid kaasa Türi Päevakeskus, Hiiu Valla Sotsiaalkeskus, Maarja Küla ja Rapla Hooldekeskuse Vahtra Tugikeskus.

Kui kõik etendused olid filmitud, valmis neist video. Saatsime kõigile osalenud organisatsioonidele üllatuspakikesed, kus mälupulk teatripäeva videoga.

Meil on suur rõõm, et suutsime keerulises olukorras turvalise lahenduse leida ja teatripäev siiski toimus. Seekord ei olnudki 13 õnnetu number!

Aitäh kõigile teatrisõpradele!

Loodetavasti kohtume järgmisel aastal juba ilma ekraanideta! ■



Võttegrupp käis mööda Eestit ja filmis etendusi, mis olid ette valmistatud erivajadusega inimeste teatripäevaks.



Teatripäeva rändav mask jõudis nüüd Raplasse. Järgmisel aastal võõrustavad teatrisõpru Vahtrakad!

KOKKUVÕTE



Tänavu jäeti ära paljud suured üritused.

Teatripäev tehti teistmoodi.

Etendusi filmiti erinevates kohtades.

Kõik etendused on nüüd ühel videol.



VAIMUPUU FOTOKONKURSI TÄNAVUSED VÕITJAD

Vaimupuu fotokonkurss on iga-aastane suurprojekt intellektipuudega inimestele. Seekord oli 9. kord. Tänavu toimus see 9. korda, teema oli „Minu lemmik“. Konkursile laekunud 1010 fotost valis žürii välja kolm parimat, lisaks jagati välja mitu eripreemiat. Sel aastal ei toimunud tavapärasest pidulikku lõpuüritust, ka rändnäitus lükkub edasi. Vaimupuu 2021. aasta kalendrit fotokonkursi võidutöödega aga saab veel tellida.

TEKST: Vaimupuu
FOTOD: erakogu

Vaimupuu fotokonkursi eesmärk on näidata avalikkusele, et loomingulisus ei sõltu puudest ning anda erivajadusega inimestele võimalus vaadata maailma uuest vaatenurgast – läbi kaamera-silma. Tänapäevaste tehniliste lahenduste juures on pildistamine muutunud mugavaks võimaluseks end loominguliselt väljendada ka neil, kel võimekus piiratud. Igasugune loominguline tegevus tõstab tuju ja parandab tervisenäitajaid ning on seetõttu praeguses

muutuvas maailmas järjest olulisem. Vaimupuu fotokonkurssidest on saanud innustust mitmed senised auhinnatud, kes on valinud fotograafia endale põhitegevusalaks ja isegi elatusallikaks.

Vaimupuu fotokonkursist saavad osa võtta intellektipuude ja/või psüühikahäirega inimesed, foto väljamõtle-misel ja lavastamisel võib kasutada ka kõrvalist abi. Foto peab olema varustatud lühikese selgitusega foto sünnist.

Žürii töö ei olnud lihtne, kuna valik tuli teha 1010 foto seast ja sarnase tasemega pilte oli palju. Samuti oli palju ka arvamusi ja seisukohti žüriiliikmete seas – seinast seinast. Kahjutundega tuli valikust välja jätta palju kauneid pilte. Lõpuks jäid sõelale fotod, mis vastasid täpselt konkursi reeglitele. Siinkohal tänavad žürii ja Vaimupuu meeskond kõiki tegevusjuhendajaid, kes olid osalejatele fotode saatmisel ja reeglilikohaselt vormistamisel abiks.

1. koha sai Anneli Tauts Maarja Külast, kellele meeldib herilasi ja mesilasi pildistada, foto eest „Mesilane otsib õnne“.

2. koht – Jaan Blumenfeldt (AS Hoolekandeteenused, Oja üksus, Pärnu) „Minu lemmikhobi“. Foto autor teeb kaunist metallitööd.

3. koht – Helve Tobber (Rapla Hooldekeskuse Tugikeskus Vahtra) „Kaunis raba“. Foto innustab jalutama ja loodust avastama.

Lisaks anti seitse eriauhinda, näiteks koduümbruse väärtustamise, ajastu hõngu ja kannatlikkuse eest, samuti anti auhinnad kahele parimale noorele osalejale.

Vaata kõiki võitjaid ja võidutöid meie uuenenud veebilehel www.vaimupuu.ee.

PALJU ÕNNE KÕIGILE VÕITJAILE!

Seoses viirusehuga jäi tänavu ära iga-aastane pidulik fotokonkursi lõpetamine, mida on külastanud sotsiaalministrid ja tähtsamad ametnikud ning kus on tasuta käinud esinemas mitmed Eesti staarid. Võitjatega on juba ühendust võetud ja auhinnad saadetakse neile 2021. aasta jaanuaris.

Traditsiooniliselt saab kõiki auhinnatud töid ja veel teisigi näha rändnäitusel, mida eksponeeritakse erinevates valitsus- ja sotsiaalasutustes üle Eesti. Praegu on näituseplaanid edasi lükatud kevadesse, aga osa parimatest fotodest on näha Vaimupuu 2021. aasta kalendris.

Vaimupuu 2021. aasta kalendreid saab veel tellida, kirjutades toimetus@vaimupuu.ee.

Kalendris on korraga nähtavad kolm kuud.

Kalendaariumi lõppemisel jääb alles A4 formaadis fotoraamat.

Fotokonkurssi „Minu lemmik“ toetasid Sotsiaalministeerium Riigi Tugiteenuste Keskuse kaudu, auhinnafondi täitsid meie lahked sponsorid (Kodu-ekstra, Photopoint, Kuma Foto).

Vaimupuu tänab žüriid, sponsoreid ja kõiki osalenuid!



Tagasiside: Rõõm Vaimupuu uuest kodulehest

Varem pidin ma alati kedagi paluma, et nad mulle kodulehelt artikleid ette loeksid, sest ma ei oska ise. Nüüd ma enam ei pea paluma. Nüüd saan ma ise lugeda artiklitest, mis uudiseid on. Praegu lähen arvutisse Vaimupuu kodulehele, valin, mis artiklit tahan lugeda ja seal vajutan nuppu, mis lülitab käima ettelugemise. Nii saan teada, mis selles artiklis kirjutatakse.

Kodulehekülge on hästi kerge kasutada. Saan täpselt aru, mida teha ja kuhu vajutada kui midagi leida tahan. Mulle väga meeldis jutt Kööginurgast, kus oli mustikatega heeringasalati valmistamise õpetus. Ema ütles ka, et peab ise ka seda tegema hakkama. Teine hea uudis oli see, et Jüri Ratas ütles – ka raskest seisust saab alati välja tulla ja kandke maske.

Aitäh Janekile Vaimupuu kodulehe eest. Nüüd saan mina ka uudiseid teada saada iseseisvalt.

KAHRO ADER

Rapla Hooldekeskuse Tugikeskus Vahtra
Kahro jutu pani kirja tegevusjuhendaja Age Ilumaa.

KOKKUVÕTE



Kahro elab Raplas.

Ta ei oska lugeda, aga tahab teada, millest Vaimupuu kirjutab.

Nüüd saab Kahro artikleid kuulata.

Kahro on rahul.

VAIMUPUU REIS LÄTIMAALE

Kuna koroonaohu tõttu jäid ära kõik tänavused kaugemad reisirid, otsustasime Vaimupuu toimetusega ise natuke ringi sõita ja vaadata, mis toimub naabrite juures.

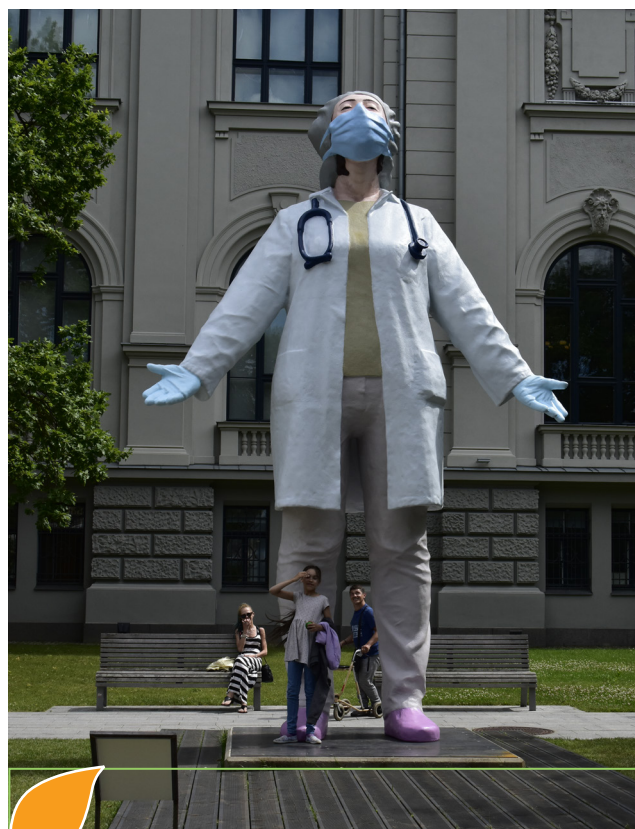
TEKST JA FOTOD: Vaimupuu

Kolm ööd ööbisime Sigulda hotellis, suursuguses hoones, mis on ehitatud juba 1889. aastal, kui siia ehitati Riia-Peterburi maantee. Vana ja väärika ajaloo hõngu on Siguldas tunda igal sammul. Eriti on seda tunda mõni kilomeeter eemal asuvas Turaida lossis, mille ajalugu on seotud traagilise armastuslooga, kus neiu laseb end pigem tappa, kui et abiellub kellegagi, keda ta ei armasta. Lossi väljapanekutes leiab väga palju tuttavat – Eesti ja Läti rahvakunstis on palju sarnaseid jooni.

Aga ka hoopis uuemaid tuuli saab Siguldas tunda – siinsamas on seikluspark Tarzāns, kus tegevust leidub ka erivajadusega inimestele. Paar kilomeetrit Riia suunas asub Aerodium. See on atraktsioon, kus saab instruktori saatel hõljuda tugeva õhujõu kohal. See on ilmselt kõige lähedasem kogemus päris lendamisele! Soovitan proovida – väikesed eneseületamised teevad vaid tugevamaks. Lisaks on see uskumatult lõbus!

Avastasime, et Põhja-Läti on peaaegu samasugune, nagu Lõuna-Eesti, ainult et veelgi ilusam! Ka süüa tehakse Lätimaal väga hästi – mitte üheski söögikohas ei pidanud me pettuma.

Kuna juba Lätis olime, külastasime ka selle pealinna. Käisime Läti Rahvusmuuseumis, mille ette on püstitatud eriti moodne kuju. Sellega näidatakse



Läti moodsa kunsti kõrval tundsin end pisikestena.

toetust meditsiinitöötajatele, kes praeguses viirusseohus peavad kõige raskemat tööd tegema.

Juba 2013. aastast on meil soojad suhted Läti erivajadustega inimeste organisatsiooniga „Nāc līdzās!“ (tõlkes „Tule kaasa!“). Seekord kutsus selle juht Sarma Freiberga meid kohvikusse RB Café Riia kesklinnas, mis avati 2019. aasta suvel.

Moekas, suurepärase kohvi ja ülimalt vate küpsetistega kohvik näeb välja kui tüüpiline trendipaik. Eriline on siin see, et siin töötavad erivajadusega inimesed. Kohviku turundusjuht on meie ammu tuttav, hõbehäälne Diana Ponaskova, kes laulis Vaimupuu fotokonkursi lõpuüritusel aastal 2013 Solarise Keskuses. Diana töötab kohvikus iga päev 7-8 tundi, mõnikord isegi kella 11-ni öhtul. Ta suhtleb vabalt nii läti, vene kui ka inglise keeles ja kui vaja, teenindab ka külastajaid.

RB Café on sündinud tänu Euroopa Fondi projektile, millega toetatakse alustavat erivajadusega inimeste ettevõtet viis aastat. Viie aastaga peab iga ettevõtte endale jalad alla saama, et ise end ära toita.



Vaade Koiva (Gauja) jõele. Kõisraudtee viib alla Tarzānsi seiklusparki.

Kuna projektist rahastatakse ka töötajate palgad, on see päästnud RB Café koroonakriisist, sest külastajaid on võrreldes aasta tagusega tunduvalt vähem. Kohvik on siiski väga populaarne. Tundub, et riialased ei võõrasta oma erivajadusega inimesi.

Vaimupuul on kahju, et Eestis pole erivajadusega inimeste kohvikud kusagil käima läinud, kuigi algatusi on olnud mitmeid. Õnneks on meil toremaid asutusi, kus osatakse hinnata erivajadusega inimeste töökäsi, aga toimetusele pole teada ühtki kohvikut, mis just erivajadusega inimestele spetsialiseerunud oleks.

RB Café'st on juttu ka Johannes Tralla Riia-teemalis saates, kus Diana räägib kohvikust pikemalt.

Kaks tundi kohvitassi taga möödusid imekiiresti. Sellest hoolimata jõudsime paika panna suured plaanid, mida teha koos oma Läti sõpradega, kui nad meile sügisel külla tulevad. Paraku tõi sügis kaasa uue koroonaohu ja külaskäik otsustati edasi lükata. Loodame kohtuda kevadel, kui taas lootust vabamalt liikuda! ■

KOKKUVÕTE



Vaimupuu toimetuse käis suvel Lätimaal.

Meil on oma naabritelt palju õppida.



Vaimupuu delegatsioon ja Riia võõrustajad.
Tagareas: Janek, Diana, Kerttu ja Sarma.
Esireas: Liljan ja Linda.

SUITSULÕHE-SALAT KARTULI JA MUNAGA

Klassikaline salat, mis maitseb alati hästi, sõltumata aastanumbrist või kuuseisust.

Mahlane kuumsuitsulõhe koos keedetud muna ja värsked keedukartuliga jätab vähesed külmaks!

TEKST: Taire Ehaver
FOTOD: Vaimupuu

VAJA LÄHEB:

SALATIROHELIST (MEIE KASUTASIME SPINATIT)

300 G KUUMSUITSULÕHE FILEED (VÕI TÜKKE)

4 POOLPEHMEKS KEEDETUD MUNA

PEOTÄIS REDISEID

3-4 SPL KAPPAREID

4 KESKMIST KEEDETUD KARTULIT (KOORI KARTUL, KUI EI OLE VÄRSKE)

SINEPIKASTE:

1 SPL TERALIST HAPUKAT SINEPIT

1 SPL VEDELAT METT

3 SPL SIDRUNIMAHLA

250 ML MAJONEESI

500 ML MAITSESTAMATA JOGURTIT VÕI HAPUKOORT

SOOVI KORRAL SOOLA JA MUSTA PIPART



1. Keeda kartulid ja munad.
Tükelda kõik salati koostis-ained.

NIPP!

LÕHEFILEE ASEMEL VÕID KASUTADA KA SUITSETATUD LÕHE-RIBI-LIHA VÕI KÕHU-ÄÄRI, MIS ON ODAVAMAD.

NEED ON KA RASVASEMAD, SEEPÄRAST PANE MAJONEESI VÄHEM.

RASVANE KALA ON TERVISELE KASULIK.

2. Sega omavahel jogurt, majonees, sinep, mesi ja sidrunimahl.

3. Sega kaste salatiga.
Soovi korral lisa näputäis soola ja musta pipart.

